

地魚料理から釜飯までメニュー約70品 創業54年、親子2代の料理への思い

目の前にあるのは、出来立ての海老しんじょ揚げとこの季節に欠かせないアジのたたき。自家製の海老しんじょ揚げは熱々でふわふわ、口の中にエビの甘みが広がってきます。新鮮なアジのたたきはショウガじょうゆとぴったりで、食べると口の中がさっぱりとします。これで生ビールや日本酒を一献傾ければ、今日の仕事の疲れが吹き飛んでしまうかも。ほかに、通年で人気があるタレカツ丼や豚の角煮、麺類、丼、釜飯などメニュー豊富。飲み物もいろいろ。「現在は通年メニュー



店主の木口文敏さんと母親の栄子さん。今も元気に店に出る栄子さんを目当ての常連客も多くいます

が約50品、季節メニューが約20品です。開店当初は

季節料理 喜ぐち

住所：新潟市中央区古町通十番町1720

TEL：025-224-9075

営業：17:30～翌3:00(翌2:30LO)

祝日17:30～24:00

休日：日曜(祝日の場合は代休有り)

P：提携有り



季節の地魚、アジのたたき(800円・税別)と、自家製海老しんじょ揚げ(600円・税別)

もっと少なかったのですが」と店主の木口文敏さん。

創業は1965年。木口さんのご両親が開店して以来、この地でずっと愛されています。「父親は旅行先で気に入った料理があるとすぐにメニューに加えるんです。料理が本当に好きなんですね」と木口さん。その思いは木口さんにも確実に引き継がれています。父親は最近店には出て来ませんが、母親の栄子さんは毎日顔を出します。「その母を常連客が待っていてね、声を掛けてくれます」。親子三代で通ってくる客も。

日が暮れたころ、この店ののれんをくぐってみてはいかがでしょうか。常連客はもちろんのこと、初めて訪れた人もわが家に帰ったような温かさに全身が包み込まれるのを感じるでしょう。さあ、喜ぐちのうまい料理と酒で秋の夜をじっくりと楽しみましょう！

医療コラム

閉塞性睡眠時無呼吸症候群について

(一社)新潟県労働衛生医学協会 健康づくり推進部

保健師 丸山 要子

9月に入ってもまだまだ暑い夜が続き、暑さでなかなか眠れない方も多いのではないのでしょうか?眠れないと感じる方には、それぞれ原因がありますが、閉塞性睡眠時無呼吸症候群のために眠りが浅く、日中眠いという方が少なくありません。

1 閉塞性睡眠時無呼吸症候群とは

睡眠中に空気の通り道である上気道が塞がり、無呼吸(10秒以上の呼吸停止)を繰り返す病気です。原因として、肥満によりのどの周りやあごに脂肪がついている、舌が大きい、あごが小さいなどが挙げられます。代表的な症状は、「大きいびき」と「日中の強い眠気」です。この病気には2つの大きな問題点があります。1つは、日中の眠気のため集中力が低下し、業務に支障がでたり、運転中の居眠りによる交通事故の危険性が高くなることです。2つ

目は、無呼吸により酸素不足となるため、心臓や血管に負担がかかり、高血圧になったり、動脈硬化がすすみ、脳卒中や心筋梗塞などを発症する危険性が高まることです。

予防するための3つのポイント

- ①肥満の解消、適正体重の維持を心がけましょう。
- ②過度の飲酒や寝酒の習慣は避けましょう。のどの筋肉が過剰にゆるみ、無呼吸に陥りやすくなります。
- ③喫煙は、のどの炎症とむくみにより上気道が塞がりやすくなりますので、禁煙しましょう。

なお、この病気の診断には、専門の医療機関で精密検査を受ける必要があります。疑われる症状のある時は、早めに受診しましょう。

当会では、睡眠時無呼吸症候群のスクリーニング検査をおこなっています。また、生活習慣に関する講話・セミナーなどの実施につきましても、保健師、管理栄養士を派遣しています。どうぞお気軽にご連絡ください。

電話 025-370-1945

(新潟県労働衛生医学協会 健康づくり推進部)

行政等からのお知らせ

はじめよう！健康経営 新潟市健康経営チャレンジ支援事業

事業所に専門家を派遣し、2つのコースで健康経営の取組を支援します。健康経営をスタートし、健康経営認定を目指しませんか。

事業主、総務等担当者向けに、「集合型セミナー」を9月、10月、11月に開催します。ぜひご参加ください。詳細は市ホームページから

「健康経営チャレンジ」で検索してください。

コース	職場改善コース	健康づくりコース
派遣専門職	中小企業診断士、社会保険労務士、労働衛生コンサルタント等	保健師、栄養士、運動指導士、歯科医師、歯科衛生士等
支援内容	<ul style="list-style-type: none"> ●専門家の個別訪問 経営状況、労務管理等のヒアリングと分析、職場改善に向けた計画の提案 ●職場改善セミナー 専門家による従業員の意識改善・職場改善 	<ul style="list-style-type: none"> ●健康づくりセミナー 従業員の健康面についてのヒアリングと分析、課題解決に向けた計画の提案、医療専門職による健康づくりセミナーの実施

【費用】 無料

まずはご相談ください。事業所の現状やお悩みに応じた支援メニューをご提案します。

【相談・申込】

一般社団法人ライフサポートマネジメント研究所 TEL 025-225-1555

【お問合せ】

職場改善コース…新潟市保健衛生総務課 TEL 025-212-8154

健康づくりコース…新潟市保健所健康増進課 TEL 025-212-8166


募集中です！令和元年度 新潟市健康経営認定制度の応募について

新潟市は、健康経営に取り組む事業所を「新潟市健康経営認定事業所」として認定し、その取組を支援します。各事業所の健康経営の取組状況に応じて、ゴールド・シルバー・ブロンズクラスの区分で認定します。

令和元年度の募集を受け付けています。締め切りは10月18日（金）です。ぜひご応募ください。詳細は新潟市ホームページから「健康経営認定制度」で検索してください。

*「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

【お問合せ】新潟市保健衛生総務課 TEL 025-212-8154



あなたの大切な人のために。

病気やケガに一生運備えたい方も、特にガンが心配な方も、必要な保障にあわせて保険をお選びいただけます。

アクサの医療保険シリーズ

- 短期入院や通院、最新の医療事情に対応した一生運の医療保険
- 持病のある方や、過去に入院・手術をされた方へ
- 限定告知型終身医療保険（無解約払戻金型）
- 変化するさまざまなガン治療に備えたい方へ
- ガン治療保険（無解約払戻し金型）

アクサ生命は、商工会議所と協力し、会員事業所の各種ニーズ（弔慰金・見舞金制度、退職金制度、リスク対策や事業承継など）を共済制度／福祉制度でサポートしています。

アクサ生命保険株式会社 新潟支社 新潟営業所
〒950-0078 新潟市中央区万代島5-1 万代島ビル10F TEL 025-243-0048

アクサ生命



AXAは10年連続

世界NO.1の保険ブランド

10年連続 保険ブランド 世界第1位

※インターブランド社 「ベスト・グローバル・ブランド2018」より

AXA251810-0326/97

アクサ生命


アクサ生命は、商工会議所と協力し、会員事業所の各種ニーズ（弔慰金・見舞金制度、退職金制度、リスク対策や事業承継など）を共済制度／福祉制度でサポートしています。

アクサ生命保険株式会社 新潟支社 新潟営業所
〒950-0078 新潟市中央区万代島5-1 万代島ビル10F TEL 025-243-0048

会社の福利厚生を応援します

新潟市が出資している法人です。
従業員1人当たり月800円で、充実した福利厚生を実現！

会員募集中!



主な事業：慶弔給付、健康維持増進、自己啓発援助、余暇活動援助ほか


詳しいサービス内容はインターネットで

愛称 **ニピイ**

公益財団法人
新潟市勤労者福祉サービスセンター
新潟市中央区西堀通6-878-1 西堀7番館ビル3F
電話 (025) 201-6113 <http://www.nippi.jp/>

顧問契約・企業法務・コンプライアンス・経営再建
人事労務・消費者クレーム・M&A事業承継 etc.

— 未来を一新、あなたと一緒に。 —



弁護士法人
一新綜合法律事務所
ISSHIN PARTNERS
新潟県弁護士会所属 旧名：新潟第一法律事務所

イコー ジムシヨ
お問い合わせ・ご相談のご予約は ☎0120-15-4640

不動産鑑定・コンサルティング

- ◆ 売買・交換・担保・質貸・M&A・相続・事業承継対策。
- ◆ 任意整理・債権譲渡・訴訟・現物出資・時価減損会計。

不動産鑑定士 伊藤 正弘

株式会社 北辰鑑定リサーチ

新潟市中央区学校町通2番町598番地32
Tel 025-222-2134
Fax 025-222-2133 E-mail:hokushin@hokushin.info



BSN

学会・イベント・式典の開催の際は、私たちの技術をお役立てください。

- 学術会議のプレゼンテーション映像
- 同時通訳システム、通訳者手配の代行
- イベントのカメラ中継・収録、ビデオ制作
- 各種ビデオコピー (8mm/16mmフィルム、DVD、Blu-ray、VHSなど)



株式会社 鈴商

TEL: 025-268-7131
FAX: 025-260-2687
〒950-2031 新潟市西区流連センター4-3-4

社会保険労務士法人 西山経営労務事務所

(併設) 労働保険事務組合 企業経営支援研究会

- ◆ 就業規則、諸規程の策定・改正(働き方改革に対応しています)
- ◆ 処遇改善加算(キャリアパス要件ⅠⅡⅢ)&賞金&評価制度
- ◆ 労災保険特別加入(事業主・役員・一人親方のかた)
- ◆ 創業時の資金調達&採用&労働社会保険等の加入等の支援

〒950-0982 新潟市中央区堀之内南2-19-14 和合ビル2F
(駐車場多数完備: 快活倶楽部さまのあるビルの2F かつやさまのある駐車場です)

TEL025-256-8373 FAX025-256-8374 西山経営労務 検索

高齢社会。まだノープランで年齢を重ねますか？!

社長が認知症

株が凍結します

事業用不動産も凍結します

家族信託で解決できます！

とき司法書士法人
TEL 025-384-0306
「対策事例」プレゼント中